



Lábizom erősítő

950-007



Termék mérete: 1,95 m x 0,38 m x 1,55 m

Területigény: 4,95 m x 3,58 m

Biztonsági szabvány megfelelés: EN16630

Szabadesési magasság: 0,7 m

Nincs szükség speciális ütéscsillapításra – füves talaj elegendő

Beton alapok mérete, száma: 50x50x70 cm – 1db

140 cm testmagasság és 14 év alatti gyermek kizárólag felnőtt személy felügyelete mellett használhatja az eszközöket!

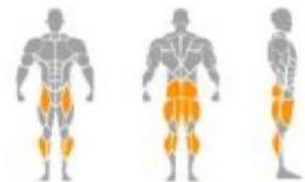
A nem rendeltetésszerű használatból adódó problémákért felelősséget nem vállalunk!

Alkalmazás:

Üljön le és támassza hátát az üléstámlának! Helyezze kezeit a térdeire és nyomja lábaival a pedált amíg teljesen ki nem nyújtotta lábait! Mindig figyelembe kell venni a személy egyéni fizikai állapotát. Javasunk 3-szor 12 nyújtás sorozatot, minden sorozat között 5 másodperces szünetet tartva. Ez egy erőgyakorlat. Ha fájdalmat érez, fejezze be a gyakorlatot!

A gép kiemelten ajánlott:

- alsó végtagok izomzatának és ízületi stabilitásának fejlesztése
- reumatikus ízületi gyulladások és isiász enyhítésére



Használati utasítás:

1. Üljön a padra és nyújtsa ki lábait, majd engedje vissza a kiinduló helyzetbe.



Figyelmeztetés:

A használat során a hátát támassza a háttámlának és összpontosítsa erejét lábaiba.